

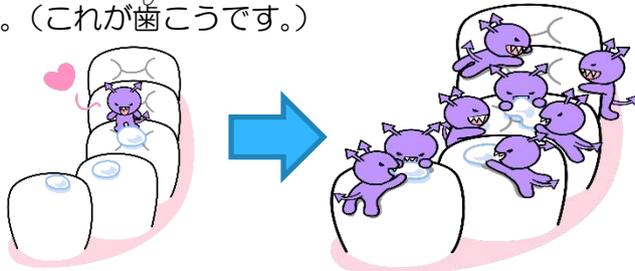
どうしてむし歯になるのかな？

むし歯になるまでを見てみよう！



おれたち「ミュータンス菌」は、みんなの口の中にいるぞ！甘いものやジュース、食べかすが大好き！

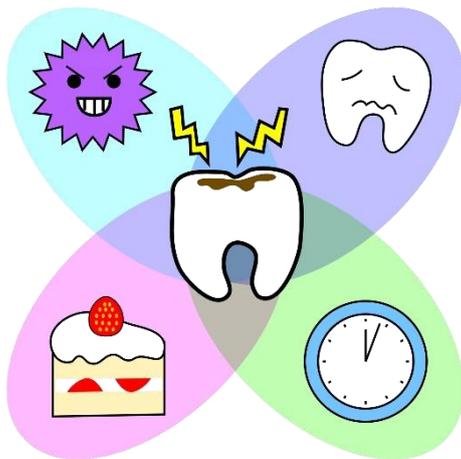
お口の中にある、「ミュータンス菌」は、食べ物の中の「糖分」を食べてねばねばを作り出し、歯に強くくっつきます。この中でミュータンス菌はどんどん増えていきます。（これが歯こうです。）



歯こうの中のミュータンス菌は、食べ物の中の糖分を栄養にして「さん」をつくります。



ミュータンス菌の出す「さん」によって歯がとけていき、歯が白っぽくなっていきます。もっととかがされると、歯に穴が開きます。



夫馬先生からのお話 テーマ『むし歯になりやすい子、予防はどうしたらいい？』

ミュータンス菌に口の中で悪さをさせないために、4つのことを守りましょう。

- ① 食べた後、寝る前には必ず歯をみがきましょう。
- ② お口の「さん」を無くすため、食事やおやつの間は最低でも2時間あけましょう。
(お水やお茶は飲んでいいです)。
- ③ 仕上げの歯磨き(できたら糸ようじも)は最低でも4年生まではしてもらいましょう。
- ④ かかりつけの歯医者さんをもち、定期的に歯と口の健康チェックと歯みがき指導をしてもらいましょう。